

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 17

_____/О.М. Трунова/

МЕНЮ

5 марта 2026 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник реце-п-тур	№ техн. карт ы	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-т ическая ценност ь, ккал	Вит а-м ин С,
				Белки, г	Жиры, г	Угле-в оды, г		
Завтрак								
2012	418	КАША ЯЧНЕВАЯ	180	5,5	5,6	39,4	220	0
2012		БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	35	3,3	7,3	11,6	126	0
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/	0,1		9,9	41	1,1
Итого			410	8,9	12,9	60,9	387	1,1
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	10
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50	0,8	2,5	4,1	44	12,5
2008	110	СУП ПШЕННЫЙ С МЯСОМ (КУЛЕШ)	160/20	7,8	7,3	20,2	150	0,7
2012	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	70	12,3	4,1	2,2	96	1,2
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	4,6	18,5	126	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,8	0,2	12,1	57	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180			14	56	0
Итого			660	27,1	18,9	81,7	580	14,4
Полдник								
2012	449	ОЛАДЫ С ПОВИДЛОМ	60/10	6,7	12,9	47,6	332	0
2008		ЙОГУРТ	180	5	4,5	8,1	102	1,3
Итого			250	11,7	17,4	55,7	434	1,3
Ужин								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	11	10	12,9	190	0
2012		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	60	1,7	3	3,6	48	2,3
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,8	0,2	12,1	57	0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10			10,8	43	0
Итого			445	14,5	13,2	39,4	338	2,3
Всего				62,6	62,8	247,5	1786	29,1